

SEGUNDO DE ESO

2º de ESO

Educación Física. 2º de ESO						
Objetivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	Mínimo de cada estándar.	Temporalización
Bloque 1. Contidos comúns en Educación Física						
b m g	B1.1. Fases de activación e recuperación na práctica da actividade física de carácter xeral e específica, en función da actividade que se realice realizar. B1.2. Selección e execución de xogos e exercicios apropiados para cada fase da sesión.	B1.1. Recoñecer e aplicar actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, en relación coas súas características.	EFB1.1.1 Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.	CSC CMCCT	. EFB1.1.1 Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.	T1
			EFB1.1.2 Prepara e realiza queceamento e fases finais de sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar.	CSC CAA	EFB1.1.2 Prepara e realiza queceamento e fases finais de sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar.	T2 T3
			EFB1.1.3 Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades baixo a dirección do/a docente.	CSC	EFB1.1.3 Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades baixo a dirección do/a docente.	T3
m n a b c d l g	B1.3. Respeto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados. B1.4. Papeis e estereotipos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, como fenómeno social e cultural. B1.5. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora.	B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando a eliminación de obstáculos á participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando elas e aceptando as súas achegas.	EFB1.2.1 Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador.	CSC	EFB1.2.1 Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador.	T1 T2 T3
			EFB1.2.2 Colabora nas actividades grupais respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas para a consecución dos obxectivos.	CSC	EFB1.2.2 Colabora nas actividades grupais respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas para a consecución dos obxectivos.	T1 T2 T3
			EFB1.2.3 Respecta ás demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de	CSC	EFB1.2.3 Respecta ás demais persoas dentro do labor de equipo, con inde-	T1 T2 T3

Educación Física. 2º de ESO						
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	Mínimo de cada estándar.	Temporalización
			destreza..		pendencia do nivel de destreza..	
m a c d g l ñ	B1.6. Posibilidades do contorno próximo como lugar de práctica de actividades físico-deportivas e recreativas. B1.7. Aceptación e respecto das normas para a conservación do medio urbano e natural. B1.8. Actividade física como elemento base dos estilos de vida saudable. B1.9. Estereotipos corporais na sociedade actual e a súa relación coa saúde.	B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno.	EFB1.3.1 Coñece as posibilidades que ofrece o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	CSC	EFB1.3.1 Coñece as posibilidades que ofrece o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas	T3
			EFB1.3.2 Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	CSC	EFB1.3.2 Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas	T1 T2 T3
			EFB1.3.3 Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	CSC	EFB1.3.3 Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	T2 T3
m n g	B1.10. Prevención de riscos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, baseada na análise previa das características destas. B1.11. Protocolo básico de actuación (PAS) nos primeiros auxilios. B1.12. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.	B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, analizando as características destas e as interaccións motoras que levan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.	EFB1.4.1 Identifica as actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.	CSIEE CSC	EFB1.3.3 Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	T2 T3
			EFB1.4.2 Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.	CSIEE	EFB1.4.2 Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.	T1 T2 T3
			EFB1.4.3 Adoapta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun	CSIEE	EFB1.4.3 Adoapta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.	T1 T2 T3

Educación Física. 2º de ESO						
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	Mínimo de cada estándar.	Temporalización
			contorno non estable.			
h i g e b m ñ o	B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar, analizar e seleccionar información relacionada coa actividade física e a saúde. B1.14. Elaboración e exposición argumentada de documentos no soporte máis axeitado.	B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información salientable, elaborando documentos propios, e facendo exposicións e argumentacións destes.	EFB1.5.1 Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios adecuados a súa idade (texto, presentación, imaxe, video, son, etc.), como resultados do proceso da procura análise e selección de información salientable.	CD CCL	EFB1.5.1 Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios adecuados a súa idade (texto, presentación, imaxe, video, son, etc.), como resultados do proceso da procura análise e selección de información salientable.	T1 T2 T3
			EFB1.5.2 Expón e defende traballos sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade utilizando recursos tecnolóxicos.	CAA CCL	EFB1.5.2 Expón e defende traballos sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade utilizando recursos tecnolóxicos.	T2 T3
Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas						
n m b g l ñ	B2.1. Experimentación de actividades artístico-expresivas utilizando técnicas de expresión corporal, combinando espazo, tempo e intensidade. B2.2. Creatividade e improvisación nas actividades artístico-expresivas de xeito individual. B2.3. Realización de bailes e danzas sinxelas de carácter recreativo e popular.	B2.1. Interpretar e producir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal e outros recursos.	EFB2.1.1 Utiliza técnicas corporais básicas de forma creativa, combinando esforzo, tempo e intensidade.	CCEC	EFB2.1.1 Utiliza técnicas corporais básicas de forma creativa, combinando esforzo, tempo e intensidade.	T1 T2 T3
			EFB2.1.2 Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado de baixa dificultade.	CCEC	EFB2.1.2 Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado de baixa dificultade.	T3
			EFB2.1.3 Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas sinxelas, adaptadas a súa execución, á dos compañeiros e das súas compañeiras.		EFB2.1.3 Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas sinxelas, adaptadas a súa execución, á dos compañeiros e das súas compañeiras.	T3
			EFB2.1.4 Realiza improvisacións de xeito individual como medio de	CCEC	EFB2.1.4 Realiza improvisacións de xeito individual como medio de comunicación	T3

Educación Física. 2º de ESO						
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	Mínimo de cada estándar.	Temporalización
			comunicación espontanea.		espontanea.	
Bloque 3. Actividade física e saúde						
m f b g	<p>B3.1. Condición física. Capacidades físicas e coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, e a súa vinculación cos sistemas do organismo.</p> <p>B3.2. Efectos sobre a saúde da actividade física e a alimentación.</p> <p>B3.3. Capacidade de adaptación do organismo ante a actividade física e a práctica deportiva.</p> <p>B3.4. Control da intensidade do esforzo a través da frecuencia cardíaca.</p> <p>B3.5. Procedementos para a avaliación dos factores da condición física relacionados coa saúde.</p> <p>B3.6. A actividade física e o seu efecto sobre a saúde. Criterios de selección de actividades para a realización dun plan de mellora da saúde.</p>	<p>B3.1. Recoñecer os factores básicos que interveñen na acción motora e os mecanismos de control da intensidade da actividade física, e aplicarlos á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación.</p>	<p>EFB3.1.1 Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.</p>	CMCCT	<p>EFB3.1.1 Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.</p>	T3
			<p>EFB3.1.2 Relaciona diferentes tipos de actividade física a a alimentación co seu impacto na súa saúde.</p>	CMCCT	<p>EFB3.1.2 Relaciona diferentes tipos de actividade física a a alimentación co seu impacto na súa saúde.</p>	T1 T2 T3
			<p>EFB3.1.3 Relaciona as adaptacións orgánicas principais coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e as contraindicacións da práctica deportiva.</p>	CMCCT	<p>EFB3.1.3 Relaciona as adaptacións orgánicas principais coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e as contraindicacións da práctica deportiva.</p>	T2 T3
			<p>EFB3.1.4 Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.</p>	CMCCT	<p>EFB3.1.4 Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.</p>	T2 T3
			<p>EFB3.1.5 Aplica con axuda procedementos para autovaliar os factores da condición física.</p>	CMCCT	<p>EFB3.1.5 Aplica con axuda procedementos para autovaliar os factores da condición física.</p>	T2 T3
			<p>EFB3.1.6 Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen</p>	CMCCT CSC	<p>EFB3.1.6 Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.</p>	T2 T3

Educación Física. 2º de ESO						
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	Mínimo de cada estándar.	Temporalización
			efectos negativos para a saúde.			
m g f b	B3.7. Métodos básicos de adestramento para a mellora das capacidades físicas básicas relacionadas coa saúde. B3.8. Avaliación da condición física saudable e realización de actividades para a mellora desta, tendo en conta as súas características individuais. B3.9. Ergonomía e hixiene postural na práctica de actividades físicas. B3.10. Actividade física habitual e outros hábitos de vida saudables, e o seu efecto sobre a calidade de vida.	B3.2. Desenvolver as capacidades físicas máis salientables desde a perspectiva da súa saúde de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexixencia no seu esforzo.	EFB3.2.1 Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	CAA	EFB3.2.1 Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	T2 T3
			EFB3.2.2 Alcanza niveis de condición física saudable acordos ao seu momento de desenvolvemento motor a ás súas posibilidades.	CAA	EFB3.2.2 Alcanza niveis de condición física saudable acordos ao seu momento de desenvolvemento motor a ás súas posibilidades.	T3
			EFB3.2.3 Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica de actividades físicas como medio de prevención de lesións.	CAA CSIEE	EFB3.2.3 Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica de actividades físicas como medio de prevención de lesións.	T1 T2 T3
			EFB3.2.4 Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física saudable, relacionando o efecto de esta práctica coa mellora de calidade de vida.	CAA	EFB3.2.4 Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física saudable, relacionando o efecto de esta práctica coa mellora de calidade de vida.	T1 T2 T3
Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas						
a b g m	B4.1. Execución e avaliación de habilidades motrices vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos. B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais. B4.3. Adquisición de técnicas de progresión e orientación no medio natural, a súa aplicación en diferentes contornos.	B4.1. Resolver situacións motoras individuais aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas propostas, en condicións adaptadas.	EF4.1.1 Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.	CAA CSIEE	EF4.1.1 Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.	T1 T2 T3
			EF4.1.2 Autoavalía os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas	CAA CSIEE	EF4.1.2 Autoavalía os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.	T1 T2 T3

Educación Física. 2º de ESO						
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	Mínimo de cada estándar.	Temporalización
			establecidas.			
			EF4.1.3 Describe a forma de realizar os movementos respecto ao modelo técnico formulado.	CAA CSIEE	EF4.1.3 Describe a forma de realizar os movementos respecto ao modelo técnico formulado.	T2 T3
			EF4.1.4 Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación.	CAA CSIEE	EF4.1.4 Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación.	T2 T3
			EF4.1.5 Explica e pon en practica técnicas de progresión nos contornos non estables e técnicas básicas de orientación regulando o esforzo en función das súas posibilidades.	CAA CSIEE	EF4.1.5 Explica e pon en practica técnicas de progresión nos contornos non estables e técnicas básicas de orientación regulando o esforzo en función das súas posibilidades.	T3
a b d g m	B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas facilitadas vinculadas aos deportes colectivos en distintas situacións, respectando os regulamentos específicos. B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos.	B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, colaboración ou colaboración-oposición facilitadas, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos máis relevantes.	EF4.2.1 Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición, de colaboración facilitadas.	CAA CSIEE	EF4.2.1 Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición, de colaboración facilitadas.	T2 T3
			EF4.2.2 Describe simplifadamente e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico deportivas de oposición ou de colaboración – oposición facilitada.	CAA CSIEE	EF4.2.2 Describe simplifadamente e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico deportivas de oposición ou de colaboración – oposición facilitada.	T2 T3
			EF4.2.3 Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e	CAA CSIEE	EF4.2.3 Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración – oposición facilitadas para	T2 T3

Educación Física. 2º de ESO						
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	Mínimo de cada estándar.	Temporalización
			colaboración – oposición facilitadas para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.		obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	
			EF4.2.4 Reflexiona sobre as situacións facilitadas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares..	CAA CSIEE	EF4.2.3 Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración – oposición facilitadas para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	T3
f g m	B4.4. Relación entre a actividade física, a saúde e o medio natural. B4.5. Toma de conciencia do impacto que teñen algunhas actividades físico-deportivas no medio natural. B4.6. Realización de actividades deportivas e/ou recreativas, preferentemente desenvolvidas no medio natural.	B4.3. Recoñecer o impacto ambiental, económico e social das actividades físicas e deportivas, reflexionando sobre a súa repercusión na forma de vida no contorno.	EF4.2.3 Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración – oposición facilitadas para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	CSC CMCCT	EF4.2.3 Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración – oposición facilitadas para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	T3
a b c m p	B4.4. Aplicación do coñecemento dos fundamentos básicos técnicos, tácticos e regulamentarios dos xogos, das actividades deportivas e do deporte alternativo.	B4.2. Solucionar de xeito creativo situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos, adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.	EF4.2.3 Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración – oposición facilitadas para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	CAA CSIEE	EF4.2.3 Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración – oposición facilitadas para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	T3